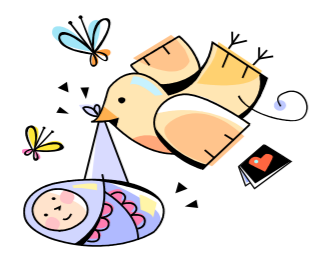


仕事も家庭も大いに楽しもう！！

～旭川医大皮膚科のイクメンたち～



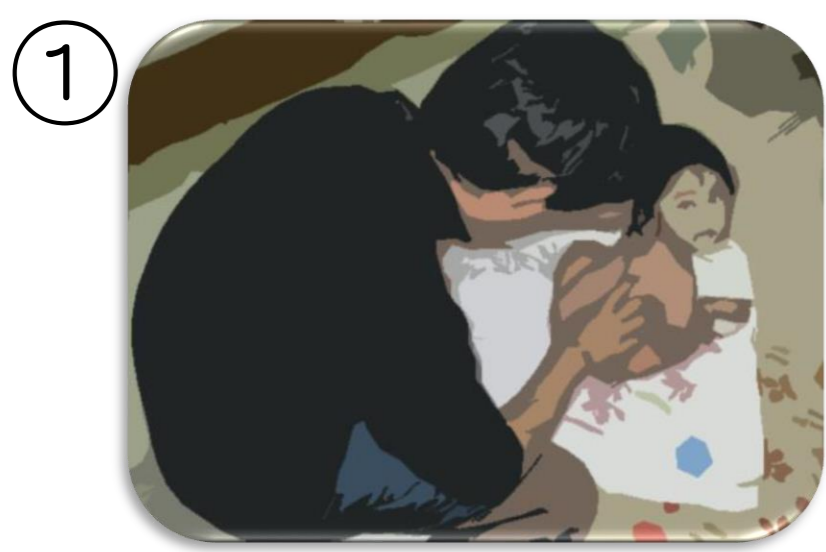
A医師
旭医卒
パパ1年目



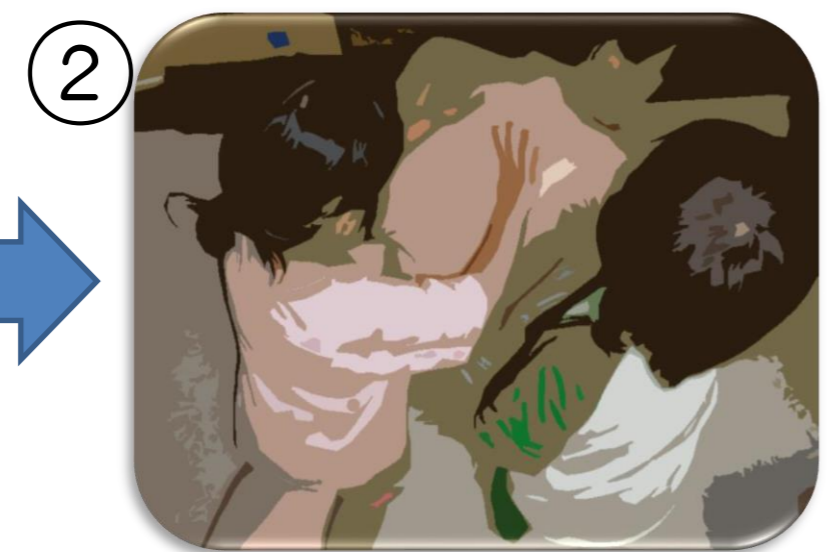
今年2月長女が誕生しました。環境的に里帰り出産は厳しく、旭川でのお産を選びました。両親は遠方で、すぐには来れないため、予定日前後には、遠方への出張や当直をはずしてもらいました。ちょうど予定日の夜、自宅で妻が破水し、病院へ向かいました。翌朝を迎え、その日は金曜日でしたが、同僚の皆さんにご協力いただき、そのまま妻の側にいてやることができました。そしてその日の夕方に無事出産。娘の誕生に立ち会えた喜びとともに、子を産む母親の姿には、大変感動しました。また、産後、妻子が里帰りするまでの1週間、育休をいただいて、沐浴や家事などを手伝い、妻を支えることができました。



娘は、すくすく成長し、今では外へお散歩にも連れていきますが、皮膚科医の父親としては、娘の肌を守るべく！今から、日焼け止め・虫よけスプレーは欠かせません(笑)。～育児に関わるうちに、診療の場でも、幼い患者さんに対し、自信を持って接するようになったそうです。医師としてもさらにステップアップ！



B医師 旭医卒
現在2児のパパ



以前ポスターで紹介しました娘(写真①)も、早いもので、この春から幼稚園です。娘は肌が弱く、お風呂上りに軟膏を塗ってやるのが、私の仕事でしたが、最近では、私(も肌が弱い)の背中に軟膏を塗ってくれて(写真②)、子供の成長を日々実感しています。

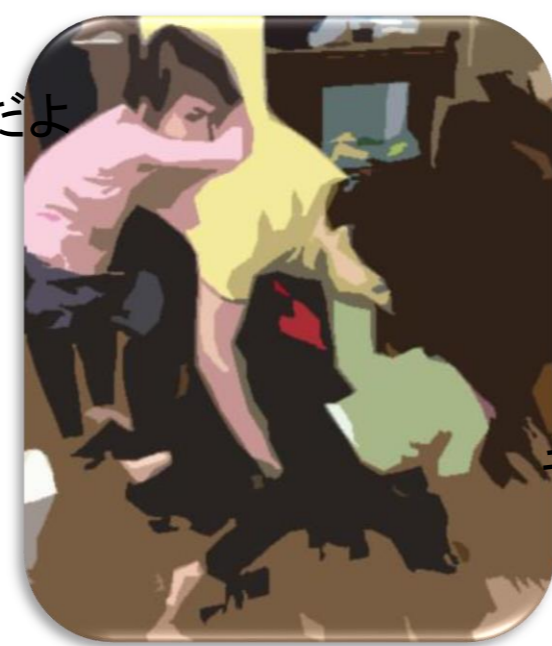
～いろいろと多忙な医局長も
家では、優しく家族思いのパパモード♪



C医師 旭医卒
2人姉妹のパパ

パパと遊ぶの大好き♪
パパが、帰ってきたらね、
「低い低い」してもらおうの。
すごく面白いんだよ。

次は私の番だよ



よし！
「低い低い」
だぞ～

キーン♪



D医師 旭医卒

「仕事も一番！
家庭も一番！」



運動会
親子競技も
準備万端☆

皮膚科のママさんDr ～T医師(33)の場合～

《家族》 夫(34)～旭医内科
娘(3)

《親戚の支援》


実父母は千葉で、出産前後には、母が手伝いにきてくれました。
義父母は札幌なので、土日に行き来し、娘が風邪などの時には、義母・義妹が力になってくれて、いつも感謝しています。

《産休から復職の経緯》

実は、夫も私もK医大卒でしたが、夫が旭医内科へ入局したのをきっかけに、私も旭医で研修させていただき、その後、皮膚科の入局を決めました。医師5年目の時、第一子を出産し、産休・育休を2年取得しました。産休に入る前に、潜在医師登録(二輪草)をしたところ、毎月、教授カンファのDVDを送っていただき家庭で育児をしながら、復帰に向けて勉強することができました。

実際の復職の時期や方法、子供を預ける保育園などについては、前二輪草センター助教・皮膚科岸部先生に何度も相談させていただき、準備を整えていきました。そして、昨年度から、思い切って二輪草卒で平日5日間・5時間/日で復職。初めの半年間、娘は保育園を嫌がり、朝預けるとときには、毎回大泣き…。そんな姿に、私も毎回心が痛くてつらかったのですが、ようやく最近、保育園に行くのも慣れてきて、少しほっとしています。家では、夫も積極的に家事を手伝ってくれて、二人三脚で仕事・子育て奮闘中です！！

《一日のスケジュール》

5時半 起床
↓
朝食と夕食の下ごしらえ、自分の身支度
7時 娘・パパ起床、朝食
↓
パパ出勤(いつもゴミ出しありがとう！)
↓
8時 家を出発
↓
院内保育園へ娘を預け、大学出勤
(外来・病棟勤務、月2回市内病院への出張)
↓
15時 娘を迎えに行く
↓
ちょっと2人で tea brake 
16時半 夕食の支度、掃除
↓
17時半 娘と入浴、洗濯
↓
18時頃 パパ帰宅、夕食
↓
片づけしながら、子供の相手
(子供と散歩、花の水やりなど)
↓
20時半 娘を寝かしつける
(一緒にウトウト・・・zzz)



皮膚科のママさんDr ～S医師(38)の場合～

《家族》 夫(38)～旭医卒、旭医内科
娘(10)
息子(8)

《親戚の支援》

実父母は東京で、出産後に母が手伝いに来てくれました。
義父母は札幌で、交流も深い。育じい&ばあとして大活躍です。



《産休から復職の経緯》

同級生で部活も一緒だった夫とは、卒業と同時に結婚し、皮膚科に入局して医師3年目の時に、第一子を授かり産休・育休～第二子を妊娠・出産しました。夫の異動に伴い道内各地を転々とし、家事・育児で手いっぱい、5年半の間、主婦に専念しました。そして、下の子が幼稚園に入園するのを機に再スタート！復職にあたっては、大学研修時代の皮膚科恩師が力を貸してくださり、N市立病院で週1回来勤務から再開しました。その後「育児短時間勤務枠」が医師にも認められて、一職員として週3回勤務に。子供たちは、通っていた幼稚園の延長保育や、就学後は市の学童保育を利用しました。幼稚園の頃は、頻りに熱をだし、同僚の先生方に度々代診をお願いしなければならず心苦しかったのですが、いつも快く引き受けてくださり、本当に救われる思いでした。同じ頃、大学では二輪草センターが立ち上がり、皮膚科堀先生(初代二輪草助教)にお誘いいただき、潜在医師登録をしました。月1回DVDが自宅に届き、地方にいながら最新知識も学ぶことができ、また二輪草を通じて、大学でも、育児中の女性医師達が活躍していることを知り、どのように仕事と家庭を両立させているかなどのお話を聞く機会もできて、とても励みになりました。

昨年度は、夫が大学に異動になり、旭川に約10年ぶりに帰ってきました。私も大学外来勤務を週2回から開始し、徐々に市内外出張なども行かせていただいています。子供たちは、放課後、大学近くの学童保育施設で過ごし、園庭でサッカー、ドッジボール、畑作業や虫捕りもしたり、屋内では宿題・工作など、親を待つ時間も楽しく過ごしているようです。また転校先では、親の学級役員(1～6年生の間に一度は当たる)も初めて経験し、どうにか役目を果たすこともできました。子供達が新しい環境に慣れて、今年の4月からは勤務を平日5日間(二輪草卒)に増やし、病棟勤務も再開。夫もこれまで以上に家事・育児に協力してくれて、大変心強いです。今こうして、子育てしながら医師として働けるのは、職場の理解、家族や両親の協力、そして地域の支えがあるからだと思います。医師としても親としても、まだまだですが、少しでも力になれるよう、一つ一つ頑張っていこうと思います。